

なりたい自分になる

「問題」や「悩み」を抱え「迷路から抜け出せなそう」何をやっても、うまくいかない」「いつせ、私なんて...」という考え方が習慣になっていませんか。

誰でも、「心の持ち方」を変えれば、
「なりたい自分」になれるのです。

自分を好きになれないという人は、「起きたままずっと悪夢を見ている」ような状態です。

夢だという「証拠」を見て、悪夢から覚めましょう。

自分のことは、自分が一番知らない

自分が思っている姿は、誤解、ウソ、勘違いからできあがっている「幻」です。

「本当は、こんなもんじゃないかも」と疑ってみると...「あなたはずいぶんだよね」という「証拠」が現れ始めます。

そうしたら、「やっほ」の自分を間違っって低く認識していた「と気づけると、心に自信が芽生え、セルフイメージが入れ替わり初め、まわりの人の自分に対する言動、評価も変わりの現実が変化し始めるのです。

妄想力が心を疲れさせる 心配性の勘勘違い

「これが正しい」と思っていることがすべて間違っていることがあげられます。

人間関係のトラブルは、基本的に妄想、誤解、行き違い、勘違いから起りています。



「〜のはずだ」と、推量や思い込みで相手の気持ちを決めてつけて、「事実ではないうい」躍起になって争い、被害妄想をなやへらませる。一人相撲を行って争いの争い、被害妄想

この思い込みの勘違いが解けたとき、大きく開けます。



気づくだけで「暗示の効力」は消える

人生を歩んでく中で、無自覚のまま、周囲からさまざまな暗示を受けています。素晴らしい現状があっても、「悪いところ」だけが目がいかなく、それを言われ続けられたら、ダメで価値がない」と思いつつなくなってしまうのです。

暗示「ごまかして心と行動が縛られ、苦しまないで下さい。暗示に気づくことが、心と向き合ったときに大事になってきます。また、逆の立場になった時には、プラスの言葉をたっぷりかけて伝えることで、大事にされている、かけがえのない」と思うようになり、満たされて歩んでいくのです。

自分の都合のいいことを言い続ける

「ごうせ」という言葉には、ネガティブな要素が詰まっています。ポジティブな言葉をくっつけて唱えてみる...

(例)「ごうせ、応援される」「ごうせ、何を言ってもわかってもらえぬ」「ごうせ、好かれて愛なれていく」「ごうせ、都合良く使って、自分が「ごうせ」ならなら」「ごうせ、あつてほつ」「ごうせ、ごうせ」をくっつけてみるのです。

メンションが上がるだけ「ごうせ」続々

自分に都合のいい、明へ楽しくなる言葉を言っている、心が少し楽しくなっています。すると、メンションが上がります。違う言葉で言つと、「波動」が上がります。

初めのうちの「くすぶつた」「それは、波動が上がっているサインです。毎日言つていよう、1〜3回と変化が出てきます。

「思えなくても」「ごうせ」「ごうせ」がなくなるといいのです。繰り返して言っていると、それに対する「しわしい」「やっほ」が必ずくるから大丈夫です。

「ごうせ」は「いい記憶」を呼びだす魔法の呪文

人生では悪いことも起きず井井です。でも同時に、同じく悪いことも「ごうせ」起きつづけるのです。「ごうせ」を唱えながら、「優つたわたし」等、記憶が戻つてくるのです。



覚えてほしい言葉「いいんだ」

悩んでいる人の、悩みの原因のほとんどが、「制限」です。自分で設けた「ごうせなければいけない」「これをやっほはいけない」という恐怖に包まれた「制限」を見つけて、それを「いいんだ」に変えていくことで、悩みは可能性へと変わっていきます。



成功している人の「当たり前」をマスターする

うまくいっていない人の「常識」「べき」と、うまくいっている人の「常識」「べき」は、違います。

うまくいっている人は「べき」が少ないです。特有の考え、常識、ライフスタイル、話し方があります。タブーがなく、可能性が広くて自由なのです。彼らの「当たり前」を教えてもらい、しっかりと話を聞くことが大事です。

「やっほ、いいんじゃない」「やっほ、いいじゃない」「ごうせ、いいじゃない」「ごうせ、いいじゃない」「ごうせ、いいじゃない」

「ごうせ」で受け入れる

アドバイスや忠告、話を聞かせてもらったとき「ごうせ、でも」「ごうせ」返すのが習慣になっている人は、ひねくれた受け取り方ができません。「ごうせ、いいじゃない考え」を信じているからです。反論したり、否定したりしないで下さい。

自分の常識と違うことを言われたのだから、受け入れられないのが当たり前。その上で「ごうせ」と素直に受け入れてみると、目の前の出来事が、取り巻く状況が、そして自分がスッと変わります。

あなたは愛されています。あなたのまわりには、空気があふれているように常に「豊かさ」が満ちあふれています。

あなたは自分が思っているよりも可能性も能力もある、思っているよりもひどいかわいませ。

西方の面をあなたは持っています。その西方を丸ごと受け入れて、自由に行き来できるようになってみて下さい。